षोडश योगिनी साधना

यदि आप

अपने जीवन के शब्दकोष से

असम्भव शब्द

निकाल देना चाहते हैं, तो

सम्पन्न करें यह साधना

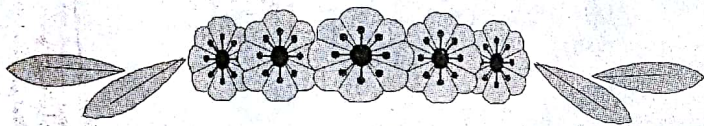
तंत्र के आदि रचयिता भगवान शिव है और समस्त तांत्रिक विद्याओं की रचना उन्हीं के द्वारा हुई है। बाद के विद्वानों ने शिव रचित विद्याओ में शोध कर उनमें निहित अनेक नवीन रहस्यों को खोज निकाला और अपने शिष्यों में उस ज्ञान का सञ्चरण कर आने वाली पीढ़ियों के लिए एक अमूल्य थाती के रूप में उन्हें सौंप दिया।

भगवान शिव ने पार्वती को योगिनी साधना के विषय में उपदेश दिया है। जब भगवान शिव से पार्वती ने पूछा, कि देवताओं के लिए तो स्वर्ग में सभी प्रकार के सुख उपलब्ध हैं, अप्सराएं नित्य उनकी सेवा करती रहती हैं, उन्हें अक्षुण्ण यौवन प्राप्त है और उनकी समस्त प्रकार की इच्छाएं पूर्ण होती हैं, जबकि पृथ्वी लोक में रहने वाले मनुष्यों की सभी इच्छाएं पूर्ण नहीं हो पातीं और वे अपनी अपूर्ण इच्छाओं के जाल में उलझे जन्म-मरण के चक्र में फंसे रहते हैं। अतः आप ऐसा उपाय बतायें, जिससे मुनष्य भी देवताओं के समान तेजस्वी और पराक्रमी बन सकें और अपनी समस्त प्रकार की इच्छाओं को पूर्णता प्रदान करते हुए दिव्यता के पथ पर अग्रसर हो सकें।

भगवान शिव ने उत्तर दिया - योगिनी साधना ही एकमात्र ऐसा उपाय है, जिसके माध्यम से मनुष्य अपनी समस्त प्रकार की इच्छाओं को पूर्णता देते हुए, भौतिक और आध्यात्मिक उपलब्धियों को प्राप्त कर सकते हैं। योगिनी साधना सम्पन्न करने से भोग व मोक्ष की प्राप्ति होती है। ये योगिनियां तत्काल फल देने वाली समस्त प्रकार की अतृप्त इच्छाओं को पूर्ण करने वाली होती है क्योंकि ये मेरी ही शक्ति का स्वरूप हैं।

शिव- पार्वती के इस संवाद से स्पष्ट हो जाता है, कि मानव जीवन में योगिनी साधना का महत्त्व क्या है, वास्तव में योगिनियां अर्द्ध देवियां है, देव वर्ग के इतर यक्ष, किन्नर, गंधर्व आदि योनियों के समान ही योगिनियों का महत्त्व है।

योगिनियां तो तंत्र साधनाओं की आधारभूता देवियां हैं, अपूर्व सौन्दर्य की स्वामिनी होने के साथ ही साथ इन्हें तंत्र के गोपनीय और दुरूह रहस्यों का भी ज्ञान होता है। **ये मात्र नारी आकृति ही नहीं होती, अपितु पूर्ण चैतन्यता से आपूरित एक विशिष्ट सौन्दर्य की स्वामिनी होती हैं, जिनके रोम-प्रतिरोम में साधनात्मक बल समाया होता है और नेत्रों में समाई होती है तंत्र की प्रखरता, जो कि आधार है तांत्रिक साधनाओं का।**

अत्यन्त गौर वर्ण, विद्युत आभा सा देदीप्यमान मुखमण्डल, चराचर विश्व को सम्मोहित सी करती झील सी गहरी काली आंखें और उनमें लहराती मादकता और करुणा का एक अनोखा संगम, मांसल, सुडौल, पुष्ट दूधिया बदन पर पारद भक्षण और पारद कल्प से प्राप्त चिरयौवन की अठखेलियों के फलस्वरूप सदैव षोडश वर्षीया नवयौवना का साहचर्य जिसे प्राप्त हो जाता है, उसके जीवन में फिर असम्भव जैसा कोई शब्द रह ही नहीं जाता, क्योंकि दिव्य आभा से आपूरित इन अत्यन्त तेजस्वी सौन्दर्य की मल्लिकाओं के अन्दर समाई होती है तंत्र की विलक्षण तीव्रता।

इस समय आप जो कुछ भी है, उसे आप व्यक्तित्व की संज्ञा तो दे सकते हैं, किन्तु अद्वितीय नहीं कह सकते हैं, क्योंकि साधारण लोगों के बीच में रहते हुए आप स्वयं को भी साधारण समझने लगे हैं।

कभी मन के किसी कोने में इस सम्बन्ध में विचार उठा भी, तो आप असक्षम होने की बात करने लगते हैं, फिर भी आप की आंतरिक भावना यही होती है, कि लोग आप की प्रशंसा करें।

आप की इस इच्छा को साकार करने के लिए पत्रिका अपने पृष्ठों पर ले कर आयी है यह गुह्य किन्तु शीघ्र फलप्रदायक साधना... इस साधना को सम्पन्न कर आप उस अद्वितीय व्यक्तित्व के स्वामी बन जायेंगे, जिसके सजदे में लाखों लोगों के सिर झुक जायेंगे।

यों तो सौन्दर्य साधनाओं के रूप में अप्सराओं, यक्षिणियों, किन्नरियों आदि की भी साधनाओं के विधान प्राप्त होते हैं, यह भी सत्य है, कि वे समस्त प्रकार के भोग प्रदान कर जीवन में आनन्द की वृष्टि करती हैं, परन्तु वे मात्र भोग प्रदान करने में ही समर्थ होती हैं, जबकि योगिनी साधना के फलस्वरूप प्राप्त होती हैं वे सौन्दर्य प्रतिमाएं, जो सहयोगिनी रूप में तंत्र की विशिष्ट क्रियाओं को सम्पन्न करने में साधक की सहायता करती हैं।

इनके सौन्दर्य की साधना की प्रखरता भी होती है ओर मोहन, वशीकरण, स्तम्भन, उच्चाटन आदि के साथ-साथ तंत्र की अनेक दुरूह और गोपनीय क्रियाओं में ये सहायता प्रदान करती हैं और साधक को खेचरी विद्या (वायु गमन), रस सिद्धि, भूगर्भ सिद्धि, वशीकरण, शत्रु स्तम्भन, मनोकामना पूर्ति, दिव्य रसों की सिद्धि, अदृश्य होने की शक्ति, यौवन और बल की प्राप्ति आदि सिद्धियां प्रदान कर उसे पल मात्र में ही सम्पूर्ण विश्व का एक अद्वितीय व्यक्तित्व बना देने में समर्थ होती हैं।

अन्य सौन्दर्य साधनाओं की अपेक्षा योगिनी साधना सहजता और तीव्रता से सिद्ध होने वाली अनुकूल फल प्रदान करने वाली होती है। पूर्ण मनोयोग पूर्वक श्रद्धा और विश्वास के साथ की गई साधना में योगिनियों से साक्षात्कार होता ही है।

इस साधना की प्रखरता व तेजस्विता और इससे प्राप्त होने वाली असीमित तांत्रिक शक्तियों व सिद्धियों के कारण ही इसे अत्यन्त गोपनीय कर गुरु मुख परम्परा तक सीमित कर दिया गया और सामान्य जनमानस में इसके विषय में अनेक भ्रम ओर किंवन्तियां फैला दिये गए तथा क्रूरता और वीभत्सता की अनेक कहानियों को इनके साथ जोड़ दिया गया, कि वे अत्यन्त भीषण आकृति वाली होती हैं, उनकी मुख मुद्रा अत्यन्त भंयकर और नेत्र भय उत्पन्न करने वाले होते हैं, वे मनुष्यों को मार कर उनका रक्त पीती है... आदि-आदि।

जबकि वास्तविकता तो यह है, कि वे अत्यन्त सौम्य स्वरूपा और निर्मल सौन्दर्य की स्वामिनी होती हैं और सिद्ध होने पर साधक की सभी प्रकार से सहायता करती हैं।

दैहिक सौन्दर्य के साथ-साथ आन्तरिक गुणों से भी सम्पन्न ये जिस किसी को भी प्रिया रूप में प्राप्त हो जाती हैं।

वह स्वयं में खेचरी विद्या, रस (पारद) सिद्धि, भूगर्भ सिद्धि, वशीकरण, शत्रु स्तम्भन, अदृश्य होने की शक्ति, यौवन और

बल की प्राप्ति, मनोकामना पूर्ति, दिव्य रसों की सिद्धि आदि अनेक सिद्धियों के साथ-साथ प्रखर और तेजस्वी व्यक्ति का स्वामी बन जाता है। यदि कहा जाय, कि योगिनी साधना सम्पन्न किये बिना तंत्र की पूर्णता नहीं प्राप्त की जा सकती, तो यह अतिशयोक्ति पूर्ण नहीं होगा।

जीवन में योगिनी साधना की पूर्ण प्रखरता केवल प्रिया रूप में ही सम्पन्न करने पर सम्भव है। प्रेमिका के रूप में सिद्ध होने पर वे प्रतिपल साधक पर प्रेम और स्नेह की वर्षा करने के साथ-साथ उसका मार्गदर्शन भी करती रहती हैं ओर साधक की साधनात्मक सहचरी मात्र न हो कर उसके सम्पूर्ण जीवन को गति प्रदान करने में समर्थ होती हैं।

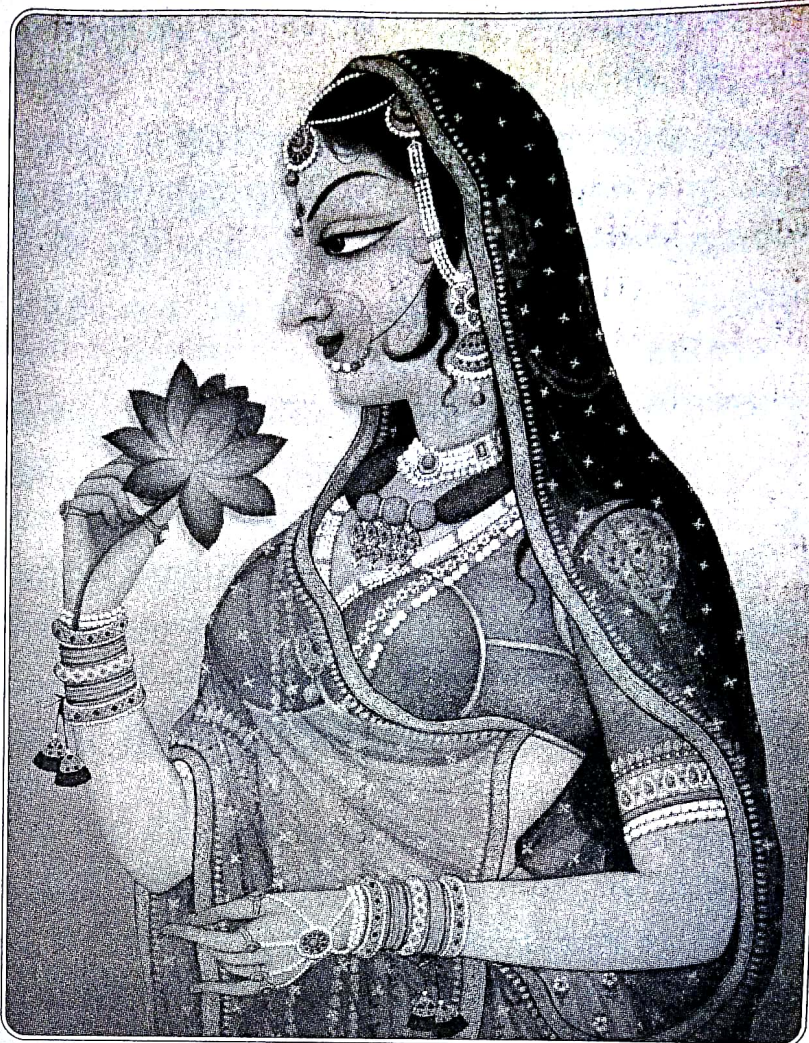
परन्तु इस प्रेम में वासना का कोई स्थान नहीं होता, तंत्र अपने आपमें वासना से परे है, क्योंकि वासना अपने आपमें एक अधोगामी प्रक्रिया है, जिसके माध्यम से नैतिक और आध्यात्मिक पतन की क्रिया ही सम्पन्न होती है; जबकि तंत्र तो जीवन की ऊर्ध्वगामी प्रक्रिया है, जिसके माध्यम से 'शव' से 'शिव' बनने की क्रिया सम्भव होती है ओर जीवन का मूल ध्येय, जीवन की पूर्णता प्राप्त होती है।

तंत्र और वासना जीवन के दो विपरीत ध्रुव हैं।

अतः वासना को दूर हटा कर ही योगिनी साधना को जीवन में स्थान दिया जा सकता है और जीवन में तंत्रमयता को उतारा जा सकता है, क्योंकि तंत्र अपने आपमें भोग और मोक्ष दोनों को ही प्रदान करने वाला है, जीवन के दोनों पक्षों को साथ लेकर चलने की धारणा रखता है।

यद्यपि कुछ अनधिकारी स्वार्थी तांत्रिकों के व्यभिचारों के फलस्वरूप मोहन, उच्चाटन आदि तांत्रिक क्रियाओं को हेय दृष्टि से देखा जाने लगा है, लेकिन मूलतः न तो ये क्रियाएं व्यभिचार युक्त हैं और न ही इनका उद्देश्य दूषित है।

तंत्र की पूर्णता को प्राप्त करने के लिए इस प्रकार की साधनाओं में भी दक्ष होना आवश्यक भी है।

तांत्रिक ग्रंथों में कुल चौंसठ प्रकार की योगिनियों का विवरण प्राप्त होता है। यों तो सभी का अपना अलग महत्त्व है ओर उसी के अनुरूप उनके अलग-अलग मंत्र और साधना विधान है, परन्तु जो प्रथम बार इस साधना को सम्पन्न करने का विचार करते हैं, उनके सभी ग्रंथों ने एक मत से सर्वप्रथम जिन षोडश योगिनियों की साधना सम्पन्न करने की आवश्यकता पर बल दिया है, वे निम्न हैं -

1. **दिव्ययोगा**, 2. **महायोगा**, 3. **सिद्धयोगा**, 4. **माहेश्वरी**, 5. **कालरात्रि**, 6. **हुंकारी**, 7. **भुवनेश्वरी**, 8. **विश्वरूपा**, 9. **कामाक्षी**, 10. **हस्तिनी**, 11. **मंत्रयोगिनी**, 12. **चक्रिणी**, 13. **शुभ्रा**, 14. **शंखिनी**, 15. **पद्मिनी**, 16. **वैताली**।

ये सभी योगिनियां अपने आप में दिव्य और अलौकिक क्षमताओं से युक्त होती हैं और सिद्ध होने के साथ ही अपने साधक को भी आलौकिकता, दिव्यता और अद्वितीयता प्रदान कर उसे पल भर में ही श्रेष्ठता पर ले जा कर खड़ी कर देती हैं, जहां पहुंचना साधक के स्व के प्रयास से असम्भव ही है।

नीचे साधक की जानकारी हेतु उपरोक्त षोडश योगिनियों का ध्यान व उनसे सम्बन्धित संक्षिप्त विवरण प्रस्तुत किया जा रहा है -

दिव्य योगा

संयाचे योगविद्यां त्वां दिव्य ज्ञान समन्विते।
योगप्रभावां योगेशीं योगीन्द्र हृदयस्थिताम्॥

"दिव्य ज्ञान से सुशोभित, योगियों के हृदय में निवास

करने वाली योगेश्वरी दिव्य योगा से पूर्ण योग विद्या की मैं याचना करता हूं।''

इस योगिनी का साहचर्य प्राप्त करने के उपरान्त ही योग विद्या को पूर्णता से समझ कर खेचरी विद्या में पारंगत हुआ जा सकता है व जीवन में उतारा जा सकता है।

महायोगा

योगविद्या महायोगा महातेजा महेश्वरी।
मायाधारी मानरता मान-सम्मानतत्परा॥

''महायोगेश्वरी, महातेजस्वी, अनेक मायाधारी मान-सम्मान प्रदान करने वाली महायोगा का मैं आह्वान करता हूं।''

योगिनी महायोगा का स्वरूप अत्यन्त तेजस्वी है और वह अपने साधक को मान-सम्मान से सम्बन्धित अनेक सिद्धियां और पूर्ण वैभव देने में समर्थ है। इसे सिद्ध करने पर साधक चतुर्दिक, सम्पूर्ण विश्व में अपनी कीर्ति फैलाने में समर्थ होता है।

सिद्धयोगा

आगच्छ सिद्धयोगे त्वं! नाद बिन्दु स्वरूपिणी।
सर्वज्ञा सिद्धिदात्री च सिद्धविद्यास्वरूपिणी॥

''नाद और बिन्दुरूपा, सिद्धि देने वाली, सब कुछ जानने वाली, समस्त विद्याओं की प्रतिमूर्तिरूपा सिद्धयोगा को मैं आहूत करता हूं।''

इस योगिनी को जीवन में उतारने के उपरान्त किसी भी साधना में असफलता का प्रश्न ही नहीं रह जाता, साथ ही साधक त्रिकालदर्शी बनने में समर्थ होता है।

माहेश्वरी

प्रणवाद्या महाविद्या महाविघ्न विनाशिनी।
मानदा योगमाता सा माहेश्वरी प्रचोदयात्॥

''प्रणवरूपा, सभी विद्याओं की स्वामिनी, सभी विघ्नों को दूर करने वाली, योगमाता, सभी को सम्मान दिलाने में समर्थ भगवती माहेश्वरी का मैं चिन्तन करता हूं।''

योगिनी माहेश्वरी की साधना के फलस्वरूप जीवन की सभी समस्याएं, विघ्न, बाधाएं आदि दूर हो जाते हैं और साधक अनेक गोपनीय विद्याओं को जानने में समर्थ होता है।

कालरात्रि

कालरूपा कलातीता त्रिकालज्ञा कुलात्मजा।
कुलकुण्डलिनी सैषा कैलाश नग भूषिता॥

''काल स्वरूपिणी, समस्त कलाओं से परे, त्रिकालज्ञ, श्रेष्ठतम कुल में उत्पन्न, कुण्डलिनी स्वरूपा, कैलाश पर्वत को अपनी दिव्यता से सुशोभित करने वाली देवी कालरात्रि का मैं आह्वान करता हूं।''

इस योगिनी का आश्रय लेने पर अकाल मृत्यु, किसी गुप्त शत्रु द्वारा किये गए तांत्रिक प्रयोग आदि का निराकरण होता है और किसी के भी भूत-भविष्य को जाना जा सकता है।

हुंकारी

हुं हुं हुंकाररूपां तां ह्रीं ह्रीं शक्ति स्वरूपिणी।
हूं हूं हूं हाकिनी चैव योगमाया समन्विता॥

''हुंकार रूपिणी, सभी शक्तियों से युक्त हाकिनीरूपा, समस्त योगमाया से विभूषित देवी हुंकारी का मैं आह्वान करता हूं।''

योगिनी हुंकारी की साधना सिद्धि के उपरान्त साधक अकेला ही अपने शत्रु की पूरी सेना का विनाश करने में समर्थ होता है।

भुवनेश्वरी

वागीश्वरी योगरूपा योगिनी सर्वमंगला।
ध्यानातीता ध्यानगम्या ध्यानज्ञा ध्यानधारिणी॥

''सरस्वती स्वरूपा, योग स्वरूपिणी, सर्वमंगलमयी, ध्यानरूपा, ध्यान के द्वारा प्रतीत होने वाली योगिनी भुवनेश्वरी का मैं ध्यन करता हूं।

इस योगिनी के वरदायक प्रभावों से साधक वाक् सिद्धि प्राप्त करने में समर्थ होता है।

विश्वरूपा

विश्वेश्वरि विश्वमाता विश्वभावमयी शुभा।
विश्वरूपा च विश्वेशी विश्वसंहारकारिणी॥

''समस्त विश्व की मातृवत् पोषण करने वाली, विश्व की स्वामिनी, विश्व की उत्पत्ति, पालन और संहार करने वाली विश्वरूपा का आवाहन करता हूं।''

इस योगिनी की साधना के उपरान्त साधक को भूगर्भ सिद्धि तथा विपुल धन-वैभव की प्राप्ति होती है और वह समस्त भौतिक सुखों को प्राप्त करने में समर्थ होता है।

साथ ही उसके अन्दर की विषय वासनाएं समाप्त हो कर ज्ञान की उत्पत्ति होती है।

कामाक्षी

कुबेर पूज्यं कुलजा काश्मीरा केशवार्चिता।
कात्यायनी कार्यकरी कलादलनिवासिनी॥

''कुबेर के द्वारा संपूजित, श्रेष्ठ कुल में उत्पन्न, केशर से चर्चित, सभी कलाओं से पूर्ण कात्यायनी रूपा कामाक्षी का मैं चिन्तन करता हूं।''

इस योगिनी का पूजन सिर्फ केशर से किया जाता है। इसे सिद्ध करने पर साधक को कायाकल्प, कामदेव के समान यौवन व पौरुष तथा असीम बल की प्राप्ति होती है और उसके समस्त प्रकार के रोगों का नाश होता है।

हस्तिनी

सर्ववश्यंकरी शक्तिः सर्वसंस्तंभिनी तथा।
सर्वसंमोहिनी चैव कुञ्जरेश्वर गामिनी॥

"समस्त विश्व को वश में करने वाली, सभी को स्तम्भित करने वाली, सभी को सम्मोहित करने वाली, मस्त हथिनी सी चाल चलने वाली योगिनी हस्तिनी का आवाहन करता हूं।"

हस्तिनी योगिनी की साधना के फलस्वरूप साधक उच्चाटन, स्तम्भन आदि के साथ-साथ मनुष्य, पशु, पक्षी चराचर विश्व को सम्मोहित और वशीभूत करने में सक्षम होता है।

मंत्रयोगिनी

महामंत्रमयी देवी देवगन्धर्व सेविता।
योगिभिश्चैव संपूज्या मंगला च मनोहरा॥

"मंत्र स्वरूप, देव-गन्धर्वों द्वारा सेवित, योगियों के द्वारा पूजित, मंगलमयी, सौन्दर्यमयी योगिनी का मैं आवाहन् करता हूं।"

इस योगिनी के सान्निध्य में साधक को मांत्रिक साधनाओं में शीघ्र ही पूर्ण सफलता प्राप्त होती है और वह अदृश्य होने की विद्या का ज्ञाता हो जाता है।

चक्रिणी

यशः स्वरूपिणी चक्रे योगमार्गप्रदायिनी।
यज्ञांगी योगरूपा च योगानन्दात्म संस्तुता॥

"यश प्रदान करने वाली, ज्ञान तथा योगमार्ग में प्रवेश देने वाली, यज्ञ के अंगभूत, योग के आनन्द से सम्भूत चक्र धारण करने वाली देवी चक्रिणी का मैं आवाहन करता हूं।"

यह योगिनी योग तथा दिव्य रसों की अनेक सिद्धियां प्रदान करने में समर्थ और आनन्द प्रदान करने वाली है।

शुभ्रा

शाम्भवी सिद्धिदा सिद्धा सुषुम्नासुरनन्दिनी।
शुभ्ररूपा तथा शुद्धा शक्ति बिन्दु वासिनी॥

"शम्भुरूपा, सिद्धिमयी, अपने भक्तों को सिद्धि देने वाली, सुषुम्ना मार्ग से साधकों को प्रेरित करके आनन्द प्रदान करने वाली, समतामयी, परमशुद्धा, शक्ति बिन्दु पर निवास करने वाली देवी शुभ्रा का ध्यान करता हूं।"

इस योगिनी की साधना से कुण्डलिनी जाग्रत होती है और साधक परम पद को प्राप्त करने की ओर अग्रसर होता है।

शंखिनी

शंखचक्र गदा हस्ता योगीन्द्रस्वान्तहारिणी।
शारदेन्दु प्रसन्नास्या शांकरी शिवभाषिणी॥

"शंख, चक्र तथा गदा धारण करने वाली, योगियों के हृदय को आनन्द देने वाली, शारदीय चन्द्रमा के समान प्रसन्न मुख वाली, शंकररूपा, मंगलभाषिणी देवी शंखिनी का आवाहन करता हूं।"

इस योगिनी की साधना से साधक को समस्त विपत्तियों, बाधाओं, शत्रुओं आदि से पूर्ण सुरक्षा प्राप्त होती है और साधक आनन्द पूर्वक साधनाओं में सफलता की ओर अग्रसर होता है।

पद्मिनी

प्रियव्रतपरा नित्या परमप्रेम प्रदायिनी।
प्रफुल्लपद्मवदना पद्मधर्मनिवासिनी॥

"प्रियवादिनी, प्रेम प्रदान करने वाली, खिले कमल के समान सब के ज्ञान एवं योग मार्ग में विकसित करने वाली देवी पद्मिनी का आवाहन् करता हूं।"

इस योगिनी की साधना से साधक पूर्ण कायाकल्प, पौरुष व अतीन्द्रीय क्षमताएं प्राप्त करते हुए साधनात्मक पूर्णता की ओर अग्रसर होता है।

वैताली

योगेश्वरी च वज्रांगी विभूषणभूषिता।
वेदमार्गरता वेद मन्त्ररूपा वषट् क्रिया॥

"योगेश्वरी, सुदृढ़ देह वाली, वीरता से परिपूर्ण, वैदिक मार्ग का अनुसरण करने वाली वेदमंत्रमयी देवी वैताली का आवाहन करता हूं।"

इस योगिनी की साधना के उपरान्त साधक अत्यन्त तेजस्विता प्राप्त करता हुआ अपने समस्त शत्रुओं का नाश करने में सक्षम होता है। साथ ही साथ उसे मंत्र साधनाओं में भी सफलता प्राप्त होती है।

इस साधना को कोई भी व्यक्ति, चाहे वह पुरुष हो या स्त्री, युवा हो या वृद्ध सम्पन्न कर सकता है।

इसके लिए यह आवश्यक नहीं है, कि किसी वृक्ष की मूल में बैठें या तिराहे पर मंत्र जप करें या रात्रि को श्मशान में जायें या नदी के किनारे आसन लगायें।

यह पूर्णतः सौम्य साधना है और इसे अपने पूजा कक्ष में बैठ कर सम्पन्न किया जा सकता है, आवश्यकता है गुरु और मंत्र के प्रति श्रद्धा और पूर्ण विश्वास की।

साधना विधान

- इस साधना में **'षोडश योगिनी यंत्र'** व **'योगिनी माला'** की आवश्यकता पड़ती है, जो योगिनी तंत्र के अनुसार मंत्र सिद्ध एवं प्राण प्रतिष्ठित हों।
- इस साधना को किसी भी माह के **शुक्रवार** से प्रारम्भ किया जा सकता है।
- यह ग्यारह दिवसीय साधना है।
- रात्रि में नौ बजे के बाद स्नान कर स्वच्छ पीले वस्त्र धारण कर पीले आसन पर बैठें, गुरु पीताम्बर भी ओढ़ लें।
- सामने लकड़ी के बाजोट पर पीला रेशमी वस्त्र बिछा कर उस पर गुलाब के पुष्पों के आसन पर षोडश योगिनी यंत्र को स्थापित करें।
- मानसिक गुरु पूजन कर गुरु मंत्र का चार माला मंत्र जप करने के उपरान्त गुरुदेव से इस साधना को सम्पन्न करने की आज्ञा व इसमें पूर्ण सफलता हेतु आशीर्वाद प्राप्त करें।
- फिर हाथ में जल लेकर के प्रथम दिन संकल्प करें, नित्य संकल्प लेने की आवश्यकता नहीं है-

  "मैं अमुक गोत्र में उत्पन्न अमुक नाम का व्यक्ति, अमुक पिता का पुत्र अपने आध्यात्मिक जीवन में षोडश योगिनियों का साहचर्य प्राप्त करने हेतु इस षोडश योगिनी साधना को सम्पन्न कर रहा हूं, मुझे इस साधना में पूर्ण सफलता प्राप्त हो, जिससे कि मैं साधनाओं में तीव्रता के साथ आगे बढ़ कर सफलता प्राप्त कर सकूं।"
- यंत्र के समक्ष क्रमशः प्रत्येक योगिनी का ध्यान उच्चरित कर उसका पूजन कुंकुम, अक्षत, केशर, पुष्प, धूप-दीप व नैवेद्य से करें। कामाक्षी योगिनी का पूजन मात्र केशर से करें।
- अब नीचे दिये गए प्राण प्रतिष्ठा मंत्र के द्वारा यंत्र में निहित चैतन्यता और ऊर्जस्विता को अपने शरीर के अन्दर उतारें, जिससे कि षोडश योगिनियों की चेतना आपके शरीर में स्थापित हो सके और शीघ्र सफलता प्राप्त हो सके।

पहले दाहिने हाथ में जल ले कर विनियोग करें -

ॐ अस्य प्राण प्रतिष्ठा मंत्रस्य ब्रह्मविष्णु महेश्वर ऋषयः, ऋग्यजुः साम छन्दांसि, क्रियामयवपुः प्राणाख्या देवता, आं बीजम्, ह्रीं शक्तिः, क्रौं कीलकं प्राणप्रतिष्ठापने विनियोगः।

जल भूमि पर छोड़ दें और यंत्र पर अपना दाहिना हाथ रख कर निम्न मंत्र बोलते हुए यह भावनाकरें, कि यंत्र की समस्त चैतन्यता धीरे-धीरे आपके अन्दर समाहित होती जा रही है -

प्राण प्रतिष्ठा मंत्र

ॐ आं ह्रीं क्रौं यं रं लं वं शं षं सं हंसः सोऽहं अस्य प्राणाः इह प्राणाः, ॐ आं ह्रीं क्रौं यं रं लं वं शं षं सं हंसः सोऽहं अस्य जीव इह स्थितः, ॐ आं ह्रीं कौं यं रं लं वं शं षं हंसः सोऽहं अस्य सर्वेन्द्रियाणि वाङ्मनस्त्वक चक्षुः श्रोत्र जिह्वा घ्राण पाणिपादपायूपस्थानि इहागत्य सुखं चिर तिष्ठन्तु स्वाहा॥

फिर योगिनी माला से पहले मूल षोडश योगिनी मंत्र का एक माला मंत्र जप करें, फिर क्रमानुसार षोडश योगिनियों के विशिष्ट मंत्रों का एक-एक माला मंत्र जप करें। प्रत्येक योगिनी मंत्र का एक माला मंत्र जप करने से पूर्व तथा बाद में मूल षोडश योगिनी मंत्र का एक माला जप होना चाहिए। उदाहरणार्थ पहले मूल मंत्र का एक माला मंत्र जप करें, फिर दिव्य योगा योगिनी मंत्र का एक माला मंत्र जप करें, फिर मूल मंत्र का एक माला मंत्र जप करें। इसी प्रकार प्रत्येक योगिनी से सम्बन्धित मंत्र का जप करना है। ऐसा ग्यारह दिन तक नित्य करें।

मूल षोडश यागिनी मंत्र

॥ ॐ ऐं ह्रीं क्लीं श्रीं वं श्रौं घृं षं दृं क्रीं ह्लीं नूं प्रों यं शं गुं षोडश योगिन्यै नमः॥

दिव्य योगा

॥ ॐ ऐं ऐं दिव्य आगच्छ आगच्छ ॐ फट्॥

महायोगा

॥ ॐ ह्रौं म्लौं ग्लौं महायोगा सिद्ध्ये ॐ फट् स्वाहा॥

सिद्धयोगा

॥ ॐ ह्रीं ऐं फ्रें सः आगच्छ ॐ फट्॥

माहेश्वरी

॥ ॐ ह्रीं ह्रीं माहेश्वरि एहि एहि ॐ फट् स्वाहा॥

कालरात्रि

॥ ॐ क्लीं क्लीं कालरात्रि सिद्ध्ये ॐ फट् स्वाहा॥

हुंकारी

॥ ॐ हुं हुं ह्रीं ह्रीं हूं हूं फट्॥

भुवनेश्वरी

॥ ॐ ह्रीं ह्रीं आगच्छ भुवनेश्वरि ॐ फट्॥

विश्वरूपा

// ॐ वं वं विश्वरूपो वं वं ॐ फट् //

कामाक्षी

// ॐ कं कं कामाक्षि एहि एहि ॐ फट् //

हस्तिनी

// ॐ ऐं क्लीं हस्तिगामिन्यै सिद्धये क्लीं ऐं ॐ //

मंत्रयोगिनी

// ॐ मं मंत्ररूपे एहि एहि ॐ //

चक्रिणी

// ॐ ह्रीं हूं ह्रौं चक्रेश्वर्यै सिद्धये ॐ फट् //

शुभ्रा

// ॐ शं शं शुभ्रे आगच्छ आगच्छ शं शं ॐ //

शंखिनी

// ॐ ह्रीं श्रीं शं शंखिनी आगच्छ ॐ फट्//

पद्मिनी

// ॐ ऐं ह्रीं श्रीं पं फं पद्मिनी एहि ॐ फट् //

वैताली

// ॐ आं ह्रीं वं वैतालि एहि एहि ॐ फट् //

मंत्र जप की समाप्ति पर साधक साधना कक्ष में सोयें। अगले दिन पुनः इसी प्रकार साधना सम्पन्न करें। बारहवें दिन पीले वस्त्र सहित यंत्र और माला को नदी में प्रवाहित कर दें।

साधना काल में कुछ बातों का ध्यान रखना आवश्यक है -

- इस साधना को रात्रि में ही सम्पन्न करें।
- इन ग्यारह दिनों में यथासम्भव कम से कम बोलने का प्रयास करें, मौन सर्वोत्तम है।
- मात्र एक समय ही शुद्ध शाकाहारी भोजन करें, फलाहार सबसे उत्तम है, मांस-मदिरा या उत्तेजक पदार्थों से बचें।
- मात्र गुरु चिन्तन, इष्ट चिन्तन और इस साधना विशेष से सम्बन्धित चिन्तन में ही समय व्यतीत करें।
- ब्रह्मचर्य का पालन अनिवार्य है।

उपरोक्त सभी नियमों का पालन करते हुए निष्ठा और श्रद्धा पूर्वक किये गए मंत्र जप से सफलता प्राप्त होती ही है। यदि साधना से पूर्व साधक **'षोडश योगिनी दीक्षा'** प्राप्त कर लेता है, तो फिर उसकी सफलता में कोई सन्देह नहीं रह जाता और वह अद्वितीयता और श्रेष्ठता के मार्ग पर गतिशील हो पूर्णता की ओर अग्रसर हो जाता है।

साधना सामग्री - 360/-

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

साधना बिनु सिद्धि नहीं

साधना का क्षेत्र बहुत व्यापक है, बहुत विस्तार लिए हुए है।

'साधयति इति साधना'

अर्थात् खुद को साध लेना, खुद को पूर्ण कर लेना ही साधना है। इस क्षेत्र में कई प्रकार के नियम हैं, जिनके बिना साधना में व्यक्ति सफलता संदेहास्पद ही रहती है।

कई बार साधकों के पत्र आते है, कि उन्हें साधना में सफलता नहीं मिल रही है, उनको अनुभव नहीं हो रहे हैं, उनका काम नहीं बन रहा है आदि-आदि। इन सबका मुख्य कारण हो सकता है - नियमों का सही ढंग से पालन न करना। प्रत्येक साधना के अपने विशिष्ट नियम होते हैं, जिनको समझे बिना व्यक्ति को सफलता मिल ही नहीं सकती। इसलिए व्यक्ति को बिना किसी परेशानी और अधीरता के इन सबको पहले समझना चाहिए और फिर साधना सम्पन्न करनी चाहिए।

इनको साधना के क्षेत्र में 'पंच साधन' कहते हैं और लगभग सभी प्रमुख साधनात्मक ग्रंथों में कहा गया है, कि जो व्यक्ति इन पंच साधनों को समझ लेता है, तो उसके लिए फिर कोई ऐसी साधना नहीं, जिसे वह सिद्ध न कर सके। इन ग्रंथों में पंच साधनों का विवरण निम्न प्रकार से प्राप्त होता है -

1. स्थान, 2. समय, 3. सामग्री, 4. संख्या, 5. संयम।

कई साधकों के उदाहरण हमारे पास ऐसे हैं, जिन्होंने साधना में सफलता पाई है। क्या आप यह सोचते हैं, कि वे पहली बार में सफल हो गए थे... नहीं, परन्तु उनमें जोश, हिम्मत और लगन थी, उन्होंने दिल छोटा नहीं किया, उन्हें पता था, कि पुराने कर्मों एवं दोषों की वजह से उन्हें सफलता प्राप्ति में विलम्ब हो रहा है। साथ ही वे यह भी जानते थे, कि जो साधना वे कर रहे हैं, वे पूर्व दूषित कर्मों के मार्जन में काम आ रही है... वे व्यर्थ नहीं जा रही हैं।